



Памятка для родителей «Солнечный удар»

Солнечный удар опасен для детей и, прежде всего, для тех, кто не достиг 3-летнего возраста. Конечно же, лучше соблюдать все рекомендации, что ребенок с этим недугом не столкнулся. Но если произошло так, что избежать солнечного удара не удалось, родителям обязательно нужно знать симптомы этого состояния и пути оказания помощи. Об этом и пойдет речь в памятке.

Симптомы солнечного удара у детей

Для проявления первых симптомов заболевания детскому организму достаточно 6-8 часов. У детей малого возраста первые признаки солнечного удара проявляются немного раньше.

Симптомы могут немного отличаться, что зависит от степени тяжести поражения организма. Так, при солнечном ударе легкой степени, ребенок становится вялым, апатичным, у него появляются головные боли и тошнота. В индивидуальных случаях может расстроиться зрение, зрачки при этом у детей расширяются. Также может появиться шум в ушах.

При более сильном поражении организма у ребенка открывается рвота, учащается дыхательный ритм, температура тела повышается. Может наблюдаться кратковременная потеря сознания. Головные боли становятся намного интенсивнее.

Если солнечный удар оказался сильным, помимо указанных симптомов добавляются галлюцинации, ребенок начинает бредить, в случае нахождения в сознании. Однако чаще всего при тяжелых поражениях ребенок большую часть времени находится без сознания, он может впасть в кому. Это самое опасное состояние при солнечном ударе, обращаться за помощью следует незамедлительно, поскольку пятая часть солнечных ударов тяжелой степени заканчиваются плачевно.



Солнечный удар - что делать?

Если у ребенка наблюдаются симптомы солнечного удара, следует вызвать скорую помощь или самостоятельно отвезти его в ближайшую поликлинику.

В ожидании получения квалифицированной помощи при солнечном ударе, ребенку необходимо помочь собственными силами.

1. Ребенка необходимо перенести в тень или в помещение, но не душное.
2. Чтобы малышу было легче, стоит снять с него одежду полностью или расстегнуть ее. Так, ускорится теплоотдача тела.
3. Ребенка следует повернуть на бок. В случае если начнется рвота – малыш не захлебнется.
4. Если ребенок потерял сознание, привести его в чувство поможет нашатырный спирт.
5. При повышении температуры тела обычные жаропонижающие средства не помогут. Для снижения температуры следует протирать полотенцем, смоченным в воде, область шеи, затылка, подмышечные впадины, паховые складки и сгибы коленей и локтей. Вода должна быть немного теплее комнатной температуры. Холодную воду брать нельзя. Она может спровоцировать появление судорог.



Также эффективно при температуре, обмотать малыша влажной простыней, смоченной в теплой воде. Как только температура понизится до 39°C, простынь нужно снять и вытереть ребенка насухо.

Если ребенок в сознании, ему необходимо давать пить негазированную воду. Пить ее малыш должен маленькими глотками. Детям малого возраста воду дают с ложечки.

Источник: <https://womanadvice.ru/solnechnyy-udar-u-detey>